

類別：其他（國際交流訪）

地區：日本

115年赴日本姊妹校交流暨大學參訪交流計畫出國報告

主辦機關：新北市立北大高級中學

上級機關：新北市政府教育局

目次

目的	1
第一章過程	3
第二章心得	9
第三章建議	11
附錄	13

第一章 目的

第一節 緣起

本校與日本大阪府立富田林高校之交流情誼源遠流長。雙方自2014年正式簽署姊妹校合作協定以來，即以促進學生跨文化理解、拓展國際視野及深化校際合作為共同目標，持續推動多元形式之國際交流活動。十餘年間，兩校透過書信往來、視訊交流、實體接待與師生互訪等方式，逐步建立穩定而深厚的合作關係，也讓學生在不同階段皆有機會透過真實互動認識彼此的學校生活、文化特色與學習經驗。

在交流形式上，兩校不僅安排學生以英文書信分享日常生活、興趣與文化觀察，也曾透過線上視訊進行主題式互動，使學生即使身處不同國家，仍能藉由語言學習與文化分享建立連結。實體交流方面，雙方亦多次進行接待與互訪，讓學生實際走入對方校園，透過課堂參與、校園導覽、文化體驗與同儕交流，深化對彼此教育環境與生活文化的理解。近年來，兩校交流內容亦逐漸朝向主題式、課程化方向發展。例如今年3月，富田林高校高中部學生來訪本校，與本校數理實驗班學生進行專題交流與成果分享。透過專題報告、討論與互動，學生不僅能展現學習成果，也能觀察不同國家學生在問題探究、資料整理與表達方式上的特色，進一步提升跨文化溝通與學術交流能力。

本次赴日教育旅行，正是建立於兩校長期友好互動與合作基礎之上。透過再次前往富田林高校進行實地交流，不僅延續雙方姊妹校情誼，也使學生能在既有合作脈絡中，進一步體驗日本校園生活、深化國際理解，並為未來兩校持續推動雙向交流與課程合作奠定更穩固的基礎。

第二節 計畫目的

壹、學生層面

一、拓展國際視野與跨文化理解能力：

引導學生透過赴日本進行教育旅行、姊妹校交流及文化參訪，實際認識日本校園生活、家庭文化、城市樣貌與歷史文化特色，增進學生對不同文化背景之理解與尊重，培養其國際視野與跨文化素養。

二、提升跨文化溝通與互動能力：

藉由與大阪府立富田林中學校・高等學校師生進行全日交流，鼓勵學生於真實情

境中運用英語、簡易日語、肢體語言及其他溝通方式，練習表達、傾聽、回應與合作，培養學生勇於開口、主動互動及尊重差異之態度。

三、培養生活適應與自我管理能力：

透過海外團體移動、Homestay生活體驗及多元文化參訪，引導學生學習準時守規、團隊合作、照顧同伴、尊重接待家庭及適應陌生環境，進而提升學生生活自理能力、責任感與國際禮儀。

四、深化文化觀察與反思能力：

透過大阪、伊勢、伊賀、奈良等地之文化參訪與世界文化遺產踏查，引導學生觀察日本歷史、宗教、傳統技藝、公共秩序與文化保存方式，並進一步比較臺日文化之異同，培養文化理解與反思能力。

貳、教師層面

一、精進國際教育課程設計與實踐能力：

透過實際規劃與執行海外教育旅行，教師得以將國際教育、文化理解、語言學與生活體驗融入真實學習情境，累積跨文化課程設計與學生學習引導之經驗。

二、提升學生交流活動之指導與輔導能力：

藉由行前培訓、姊妹校交流、Homestay生活體驗及返國反思，引導教師掌握學生於跨文化情境中的學習需求，並強化其在語言支持、心理準備、交流禮儀及生活適應等面向之輔導能力。

參、學校層面

一、深化姊妹校交流與國際合作基礎：

透過與大阪府立富田林中學校・高等學校之實地交流，延續雙方友好關係，強化校際互動與教育合作基礎，作為未來推動雙向交流、課程合作及國際教育活動之重要基礎。

二、形塑學校國際教育特色與品牌：

透過辦理日本教育旅行，整合語言學習、文化體驗、生活實踐與國際交流，建立本校推動國際教育之具體模式，提升學校國際教育能見度，並培養學生具備國際理解、文化尊重與主動學習之能力。

第二章 過程

壹、行前課程培訓與交流準備：

本次日本教育旅行以姊妹校交流、文化理解與生活體驗為核心。為使學生能以尊重、開放且具學習意識的態度參與本次活動，本校於出發前進行相關行前準備與說明，協助學生理解教育旅行並非單純參訪，而是結合國際交流、跨文化溝通與自我成長之學習歷程。

一、強化國際禮儀與團體生活規範：

行前說明中，教師針對海外團體移動、集合時間、公共場所禮儀、用餐規範、住宿安全、緊急聯繫方式及個人物品管理等事項進行提醒，使學生了解出國期間應具備之基本責任與團體意識。透過行前提醒，協助學生建立守時、守規、尊重他人及照顧同伴之態度。

二、培養跨文化溝通與交流態度：

為協助學生面對日本師生與寄宿家庭時能更有信心互動，教師於行前引導學生準備自我介紹、學校介紹及交流時可能使用之簡易語句，並提醒學生善用英語、簡易日語、肢體語言與表情進行溝通。行前培訓亦強調，國際交流不必追求完美語言能力，更重要的是願意開口、主動嘗試及尊重差異。

三、建立姊妹校交流之學習意識：

本次交流對象為大阪府立富田林中學校・高等學校。行前準備中，教師引導學生理解入校交流之意義，提醒學生於交流過程中應主動觀察日本校園環境、課程活動、學生互動與學習文化，並思考臺日學校生活之異同。透過事前說明，使學生能以學習者與交流者之角色參與活動。

四、提醒學生以感謝與尊重回應接待：

因本次行程包含姊妹校接待與 Homestay 生活體驗，教師於行前提醒學生應以謙遜、有禮及感謝之態度面對日本學伴、教師與寄宿家庭。學生亦被鼓勵準備簡單小禮物或感謝語句，以表達對接待者之謝意，並學習在跨文化互動中展現合宜禮節。

貳、參訪過程

本次日本教育旅行於115年5月21日至5月26日辦理，共計6天。行程內容涵蓋姊妹

校全日交流、Homestay生活體驗、歷史文化參訪、世界文化遺產踏查、城市文化觀察及主題園區體驗等多元學習活動。以下依每日參訪過程分述如下：

一、Day 1：城市文化初探與團體生活建立

搭機抵達日本關西空港後，前往大阪城公園、心齋橋及道頓堀等地參訪。學生透過大阪城公園認識大阪歷史地標與城市發展脈絡，並於心齋橋、道頓堀觀察日本商業街區、觀光文化與城市生活樣貌。本日亦為學生適應海外團體生活的重要開始。學生在機場移動、入境、搭車、集合與城市參訪過程中，學習遵守團體規範、注意公共禮儀、管理個人物品並配合團隊行動，為後續交流與參訪建立基本秩序與學習態度。

二、Day 2：姊妹校全日交流與跨文化互動

本次活動由富田林高校國際交流窗口、行政團隊及學生共同規劃，內容涵蓋行程說明、共餐交流、校園導覽、課程體驗、班級文化交流、正式歡迎儀式及社團體驗等。透過多元且完整的交流安排，本校學生得以深入認識日本高中校園生活、課程特色及社團文化，並在真實情境中運用外語與日本學生互動，提升跨文化溝通能力及國際理解。

(一)、抵達學校及行程說明

10:30—11:30 Arrival and Brief Orientation

本校師生抵達富田林高校後，由校方國際交流窗口教師Cleve及相關接待人員熱情迎接，並引導本校師生前往教室稍作休息。富田林高校首先針對當日交流流程、活動場地、分組方式及相關注意事項進行說明，使本校師生能充分掌握活動內容及移動動線。說明過程中，校方亦鼓勵本校學生針對課程體驗、校園生活及社團活動等內容主動提問，並逐一回應學生的疑問。透過交流前的簡要說明與雙向問答，不僅協助學生降低初次進入日本校園的緊張感，也讓學生對接下來的活動建立清楚的理解與期待，為當日交流揭開良好序幕。

(二)、學生餐廳共餐交流

11:30—12:15 Lunch in the Cafeteria

中午時段，由富田林高校負責接待的學生前往教室迎接本校學生，並帶領學生至校內學生餐廳用餐。為促進雙方學生互動，校方事先安排本校學生與日本學生共同入座，使學生能在輕鬆自然的用餐情境中進行交流。用餐期間，雙方學生從姓名、年級、興趣及校園生活等日常話題開始認識彼此，並分享臺灣與日本學校午餐及用餐文化的

差異。學生也針對餐桌禮儀、飲食習慣、常見料理及相關禁忌進行討論，例如用餐前後的問候語、餐具使用方式及對食物的珍惜態度等。相較於正式的課堂活動，共餐提供了較為自在的溝通環境。即使學生的語言能力有所差異，仍能透過簡單英語、日語、肢體動作及翻譯工具協助表達。學生在互動過程中逐漸消除陌生感，並為下午的班級交流及社團體驗建立初步友誼。

(三)、學生視角的校園導覽

12:15—13:00 Break Time and School Tour

午餐結束後，由另一組富田林高校學生擔任校園導覽員，帶領本校學生參觀校園環境。導覽內容包含一般教室、專科教室、圖書館、體育設施、演藝廳及各類社團活動空間等，讓本校學生能從日本學生的視角認識校園配置與實際使用情形。不同於由教師進行的正式介紹，學生導覽更貼近日常校園生活。富田林高校學生除了說明各場域的功能，也分享自己平時上課、休息及參與社團活動的經驗。本校學生則主動比較臺日校園空間、教室設備、學生作息及校園規範的異同，並針對有興趣的設施提出問題。透過同齡學生的介紹，學生不僅認識富田林高校的硬體環境，也能進一步理解日本高中生的學習方式與校園文化。導覽過程中的即時問答與自然對話，亦提供學生實際運用外語進行溝通的機會。

(四)、入班課程體驗

13:00—13:45 Joining School Lessons

下午第一項活動為入班課程體驗。本校學生依事前安排分別進入富田林高校高一及高二不同班級，實際參與日本高中課堂。為使學生能充分融入班級，每班安排少數本校學生入班，讓學生能近距離觀察日本教師的教學方式、學生上課情形及班級互動模式。課程體驗期間，本校學生與日本學生共同聽課及參與課堂活動，實際感受日本高中課程的教學節奏與學習氛圍。部分日本學生主動協助本校學生理解教師指令及教材內容，使學生即使面對語言差異，仍能透過同儕協助融入課程。此次入班體驗讓本校學生跳脫一般參訪者的角色，短暫成為富田林高校班級中的一員。學生得以直接觀察臺日教育現場的異同，並從課堂秩序、師生互動、教材運用及學生學習態度等面向，對日本高中教育形成更具體且真實的認識。

(五)、高二班級文化交流

3:55—14:40 Cultural Exchange with the Second-Year Students

課程體驗結束後，本校學生移動至富田林高校高二各班，參與班會時間所安排的文化交流活動。各班學生為迎接本校師生，事前準備不同形式的遊戲、團體活動及交流內容，展現高度的熱情與創意。活動中，雙方學生透過趣味遊戲、分組競賽、自我介紹及簡單問答進行互動。相較於單向的文化介紹，遊戲與團體任務能有效降低語言障礙，使學生在共同參與的過程中自然合作、溝通並建立關係。本校學生也在活動中分享臺灣校園生活、興趣及文化特色，讓日本學生更加認識臺灣青少年的日常生活。各班交流活動雖然形式不同，但皆能看見富田林高校學生為此次交流所投入的準備與用心。本校學生也從一開始的拘謹，逐漸轉為主動參與及表達，現場笑聲不斷、氣氛熱絡。透過同齡學生間的直接互動，文化交流不再只是知識的傳遞，而成為彼此理解與建立友誼的實際歷程。

(六)、正式歡迎儀式

14:50—15:35 Official Welcome Ceremony

班級交流結束後，本校師生前往富田林高校演藝廳參加正式歡迎儀式。儀式由富田林高校師生共同主持，現場聚集多位師生，展現校方對本次姊妹校交流活動的重視。歡迎儀式中，富田林高校學生以簡報及口頭方式介紹學校歷史、課程特色、校園生活及多元社團活動，讓本校師生對富田林高校有更完整的認識。本校學生亦代表學校進行分享，介紹本校特色、臺灣文化及學生學習生活，使在場師生能進一步了解本校及臺灣教育環境。為展現本校學生的語言學習成果與交流誠意，學生特別準備日文歌曲表演。學生以認真的態度及充滿活力的演出，獲得現場熱烈掌聲，也成功拉近雙方師生的距離。表演不僅展現學生的日語學習成果，更傳達本校對姊妹校的尊重與友誼，使歡迎儀式達到情感交流及文化分享的效果。儀式結束後，雙方學生把握時間合影留念、交換聯繫方式，並持續分享當日參與活動的感受。許多學生已在短時間內建立友誼，離別時依依不捨，也相互表達未來持續聯繫及再次相見的期待。此一情景充分呈現國際交流不僅是一次性的參訪活動，更是促成學生跨越語言與文化界線、建立真實人際連結的重要機會。

(七)、社團活動體驗

15:35—17:00 Joining Club Activities

當日最後一項活動為社團體驗。由富田林高校學生依本校學生的興趣及事前安排，帶領學生前往不同社團參與活動。本校學生實際進入社團活動場域，觀察日本學生放

學後的社團運作方式，並在社團成員的指導與陪伴下共同參與練習及體驗。富田林高校學生主動示範社團活動內容、介紹所需器材及練習方式，並耐心協助本校學生完成各項體驗。透過共同操作與練習，雙方學生即使不完全使用相同語言，仍能藉由示範、模仿、合作及鼓勵完成交流，展現非語言溝通在跨文化互動中的重要性。日本高中社團活動具有高度的學生自主性與團隊精神，本校學生透過實際參與，得以認識日本學生如何在課業之外培養興趣、責任感及合作能力。社團體驗亦延續先前各項活動所建立的友誼，使雙方學生能在共同興趣的基礎上進行更深入且自然的交流，為當日姊妹校參訪畫下圓滿句點。

(八)、交流活動整體成效

本次富田林高校一日入校交流，活動安排由生活體驗、校園認識、課堂學習、文化分享至社團參與，內容完整且層次豐富。學生不僅參觀校園，更實際進入班級、餐廳及社團活動，從多元面向體驗日本高中生的學習與生活。透過與日本學生共同用餐、上課、遊戲及參與社團，本校學生增加了運用英語、日語及其他溝通策略的機會，也逐漸建立主動表達、傾聽及尊重文化差異的能力。交流過程中，學生體認到語言能力固然重要，但真誠、勇於嘗試及願意理解彼此，才是跨文化溝通得以順利進行的關鍵。此外，雙方學生在短時間內建立友誼，並於活動結束後交換聯繫方式，顯示本次交流已由校際合作進一步延伸為學生間真實且具持續性的國際連結。此次活動不僅增進學生對日本教育與文化的理解，也拓展其國際視野、提升跨文化素養，充分達成姊妹校交流及國際教育推動之目標。

三、Day 3：地方產業、宗教文化與Homestay生活體驗

第三天安排御木珍珠島與海女表演、伊勢神宮及伊勢路栽苑橫町散策，並進行Homestay生活體驗。學生透過御木珍珠島與海女表演，認識日本地方產業、海洋文化及傳統職人精神；透過伊勢神宮與傳統街區參訪，了解日本宗教文化、地方信仰與傳統生活樣貌。晚間進入寄宿家庭後，學生從家庭生活層面認識日本文化，透過與寄宿家庭互動，觀察日本家庭禮儀、用餐文化、生活習慣與日常溝通方式。此經驗使學生走出觀光式參訪，學習在陌生環境中主動問候、表達需求、尊重規範並適應文化差異。

四、Day 4：歷史文化踏查與世界遺產學習

第四天自寄宿家庭出發，前往伊賀流忍者博物館、伊賀上野城、東大寺及奈良公園等地參訪。學生透過伊賀流忍者博物館之文化體驗與伊賀上野城參訪，認識日本地

方歷史、城郭文化與傳統文化保存方式。下午參訪世界文化遺產東大寺及奈良公園，學生得以從宗教建築、歷史場域與文化資產保存中理解日本歷史文化之深度，並觀察世界遺產如何與現代觀光、公共教育及地方生活結合。此日參訪有助於學生思考文化傳承的重要性，並比較臺日文化保存與觀光教育之異同。

五、Day 5：主題園區體驗與自主管理學習

第五天安排環球影城參訪。學生於大型主題園區中觀察日本觀光產業、娛樂產業、服務文化、動線規劃與公共秩序，並從排隊、服務流程、遊客互動及安全管理等細節，理解日本社會在公共空間管理上的特色。本日亦著重學生自主管理與團隊合作。學生需在園區中進行時間規劃、路線安排、集合確認與同儕協作，學習在相對開放的場域中兼顧自由探索與團體責任，進一步培養守時、自律、合作與公共禮儀。

六、Day 6：商業文化觀察與學習統整

第六天安排臨空Outlet參訪後，前往關西空港搭機返臺。學生透過商業空間參訪，觀察日本消費文化、服務禮儀、國際觀光環境及商業空間規劃，並與前幾日所見之校園、家庭、歷史文化與城市生活進行連結。返程過程中，學生回顧本次教育旅行之學習經驗，包含姊妹校交流、Homestay生活體驗、歷史文化參訪、世界遺產踏查及城市生活觀察等面向。整體而言，學生在六天行程中不僅拓展國際視野，也在跨文化溝通、生活適應、團隊合作、時間管理與自我成長等方面累積具體經驗。

第三章 心得

壹、拓展國際視野，深化學生跨文化理解：

本次115年度日本教育旅行，透過姊妹校交流、Homestay生活體驗、歷史文化參訪及城市觀察等多元學習活動，使學生得以走出課堂，實際進入日本校園、家庭與社會生活情境，從真實互動中理解不同文化的價值與差異。學生不僅觀察日本學校的學習環境與校園文化，也透過日常生活、公共秩序及文化場域的參訪，進一步思考臺日文化之異同，深化其國際視野與文化理解能力。

貳、姊妹校交流促進學生跨文化溝通能力：

本次赴大阪府立富田林中學校・高等學校進行全日交流，是本次教育旅行最具國際教育意義之活動。學生透過校園參訪、課程或活動體驗、餐敘交流及與日本學生互動，具體感受日本學校生活與學生學習樣貌。交流過程中，學生需運用英語、簡易日語、肢體語言與表情進行溝通，也在互動中學習傾聽、回應、合作與尊重差異。部分學生返國後回饋，發現語言能力不必然要非常完美，重要的是願意開口、敢於嘗試，並能跨出與他人互動的第一步。此一體會正是國際交流中最珍貴的學習成果。

參、Homestay生活體驗培養學生生活適應與感恩態度：

Homestay生活體驗使學生走入日本家庭，從家庭生活脈絡中認識日本文化。學生在寄宿家庭中學習主動問候、遵守禮節、尊重生活習慣，並嘗試於陌生環境中表達需求與適應差異。此經驗不僅培養學生的生活適應能力與同理心，也讓學生更深刻體會接待者的用心。返國後，部分學生提及若能事先學習更多日文，或準備更充分的伴手禮，將更能向日本學伴與寄宿家庭表達感謝。此一回饋顯示學生在實際交流後，已能反思自身作為受接待者應有的禮貌與回應，並理解國際交流中「感謝」與「尊重」的重要性。

肆、文化參訪促進學生對歷史傳承與地方特色之理解：

本次教育旅行安排大阪、伊勢、伊賀、奈良等地之文化參訪，讓學生從歷史地標、宗教場域、傳統文化及世界文化遺產中認識日本文化。透過大阪城公園、伊勢神宮、伊賀流忍者博物館、伊賀上野城、東大寺及奈良公園等參訪場域，學生得以理解日本歷史發展、地方特色與文化保存方式。此類實地學習經驗，有助於學生將文化知識與

真實生活連結，並進一步思考文化資產保存、傳統延續與現代觀光之間的關係。

伍、學生於團體生活中學習自我管理與責任感：

本次教育旅行亦是一段學生自我管理與團隊合作的學習歷程。學生在6天行程中需面對跨國移動、團體集合、公共場所禮儀、住宿規範、時間管理及同儕合作等挑戰，並學習在代表學校出訪時展現合宜態度。透過實際參與，學生逐漸理解自身言行不僅代表個人，也關係到學校形象與交流品質。整體而言，本次活動讓學生在文化學習之外，也培養了守時、自律、合作、尊重與生活適應能力。

陸、教師與學校累積國際教育實踐經驗：

對教師與學校而言，本次教育旅行不僅是一次海外參訪活動，更是國際教育課程實踐的重要歷程。從行前培訓、姊妹校聯繫、學生交流準備、現場引導、生活照顧到返國後成果整理，皆累積了推動國際教育之具體經驗。未來可在此基礎上持續強化學生行前準備、交流任務設計與返國後反思分享，使教育旅行能形成更完整的學習循環，並深化本校國際教育之特色與能量。

柒、總結：

整體而言，本次115年度日本教育旅行順利達成姊妹校交流、文化體驗、生活學習與國際理解等核心目標。學生在真實情境中學習語言溝通、文化尊重、生活適應與自我管理，也在與日本師生及寄宿家庭互動的過程中，體會國際交流的溫度與意義。本次活動不僅拓展學生視野，也為本校後續推動國際教育、深化姊妹校合作及培養學生國際移動力奠定良好基礎。

第四章 建議

壹、強化行前語言與情境溝通培訓：

本次學生返國後回饋，若能事先多學習日文，將更能向日本學伴及寄宿家庭表達感謝與關心。建議校方未來辦理教育旅行時，可於行前培訓中增加基礎日語與情境式溝通練習，內容包含問候、自我介紹、表達感謝、詢問需求、餐桌用語、寄宿家庭生活用語及校園交流常用句型等。另可設計簡易實用的「交流語言包」或「常用句型小卡」，協助學生在真實情境中更有信心開口。語言培訓應以「能用、敢用、願意用」為目標，讓學生理解語言不只是溝通工具，更是建立關係與表達善意的重要媒介。

貳、培養學生勇於開口與主動互動的態度：

本次學生回饋指出，參與教育旅行並不一定需要非常好的語言能力，重要的是敢開口、敢嘗試，並願意跨出與他人互動的第一步。因此，建議校方未來在行前培訓中，除語言能力訓練外，也應強化學生的心理準備與交流態度。可透過模擬交流、角色扮演、小組對話及破冰活動演練等方式，降低學生面對外國學生或寄宿家庭時的緊張感。培訓時亦可提醒學生：「說得不完美沒有關係，願意嘗試本身就是交流的開始。」藉此協助學生建立跨文化溝通的信心。

參、納入非語言溝通與跨文化互動訓練：

學生於交流過程中亦發現，身體語言、表情、手勢與態度在跨文化溝通中扮演重要角色。建議校方未來可將非語言溝通納入行前培訓，例如微笑、眼神接觸、點頭回應、手勢輔助、圖像說明及使用翻譯工具時的禮貌方式等。透過此類訓練，可協助學生在語言能力有限時，仍能以友善、開放且尊重的方式維持互動，並順利完成交流任務。

肆、深化學生對「代表學校出訪」角色之理解：

建議校方未來於行前說明中，持續強化學生對自身角色的理解。學生參與教育旅行時，不只是個人出國參訪，更是代表學校與臺灣進行國際交流。因此，學生在姊妹校交流、寄宿家庭生活及公共場合中的態度，皆會影響對方對本校學生的印象。未來可加強受接待禮儀、公共禮節、準時守信、尊重安排、主動協助及表達感謝等觀念，使學生理解「被接待」同時也是一種責任。

伍、建立行前任務與返國反思之學習架構：

建議校方未來可將教育旅行視為完整學習歷程，而非僅限於出國期間的參訪活動。行前可安排學生認識姊妹校、準備自我介紹、查詢日本文化、設計想詢問日本學生或寄宿家庭的問題；返國後則可安排學生撰寫反思紀錄、感謝信、交流心得、雙語簡報或成果分享。如此可使教育旅行形成「行前準備—現場交流—返國反思」的完整循環，也能讓未參與的師生透過分享理解國際教育的意義。

陸、延續姊妹校交流關係：

建議校方未來可鼓勵學生於返國後，與日本學伴或寄宿家庭保持適度聯繫，例如撰寫感謝信、交換學習心得或節日問候等，使教育旅行不只是短期參訪，而能延伸為持續性的跨文化學習歷程。對學校而言，也可透過學生後續互動與教師端聯繫，深化與姊妹校之合作基礎，為未來雙向交流、線上課程合作或主題式交流活動奠定更穩固的關係。

柒、總結：

整體而言，未來辦理教育旅行時，校方可持續以學生學習為核心，強化行前準備、交流態度培養、感謝表達、生活適應與返國反思機制，使學生在出訪前有準備、交流中有參與、返國後有整理。透過完整的學習架構，教育旅行將不僅是一次海外參訪，更能成為學生培養國際理解、文化尊重與自我成長的重要歷程。

附 錄

壹、學生心得

一、802班 陳昀絮

在與富田林交流的過程中，我們欣賞了七年級生為了校慶所準備的一段表演，我實在很佩服他們雖然年紀小，大方的程度卻遠遠超過我們，我覺得這是我能好好向他們學習的地方。在與富田林高校交流的過程中，他們很驚訝我才14歲，而且還稱讚我的英文，這點讓我覺得非常開心，因為在這之前我對於我的英語會話一直不是很有自信，但在收到他們的肯定後，讓我充滿了動力去學習語言，不再害怕與人們溝通。

二、803班 林妍霏

我印象深刻的事有很多，或者說我不會忘記在姐妹校交流的時光。從早上到學校四處看看，到下午社團活動以及最後的道別，這些都讓人回味無窮。

學伴們都很熱情，中午吃飯時我們有點尷尬，但都很努力的找話題。不過我們都依依不捨，只希望有緣再見。在第五節課的學伴（學長）跟我們上物理，但恰巧這是最討厭的科目，也沒有很懂，因為台灣也還沒學到（他們的高一物理、我們的國九物理），因為是日文所以我看不懂，但他們很努力的幫我翻譯成英文。最後感謝Iris和貞誼主任的6天陪伴以及照顧。

三、805班 陳好瑄

我原本以為高中生跟我會有一些隔閡，所以有一點不自然，但是他們都很努力地用英文和我聊天，我覺得很感動！這一次的日本教育旅行，真的讓我很印象深刻，我最捨不得的就是離開富田林高校的時候，是真的很希望可以待在學校裡。在學校交流的那段時間，我做了很多以前沒有嘗試過的事。而且我超愛他們學校的氛圍！後面幾天的行程，有去參觀很多大阪當地的景點。第三天的homestay，那裏的爺爺奶奶都超可愛的，他讓我們自己殺魚然後體驗用灶自己煮飯，而且我們還有穿和服，爺爺還給我們看武士刀，總之，這一夜我也十分記憶深刻。這一次的教育旅行很高興我有參與到，也很謝謝爸爸媽媽出錢讓我參與這項活動。

四、805班 賴品蓁

他們都很熱情，人非常好！入班交流上數學課時有個男生直接就把桌子給了我，人超級好！即使語言不通還是會嘗試和我聊聊天 跟我解釋他們在做什麼事情上課前還有兩個學伴帶我們走走校園問我們想去哪裡逛逛！因為去到日本時就不能用中文來和人溝通 所以剛回到台灣時還有點切換不回來有時候還是會冒出一些日文呢！這一次出國交流後我感受到自己更有勇氣去對不認識、使用不同語言的人溝通了變得更勇於嘗試 即使自己錯了日本真的是一個很愛乾淨也很守秩序的國家 去到的地方街道和公廁都超級乾淨的 忘記是哪一天吃飯時還因為太早到不能進去只好大家在旁邊的便利商店逛逛呢！

五、904班 蕭卉妍

跟日本學生做交流時，他們都特別熱情，雖然英文不是很好，但都有努力在溝通。Homestay的爸爸媽媽們都很歡迎我們，我們一起做料理，一起聊天，度過美好時光。整體來說很有意義，能跨出語言不通的障礙，真的很棒。

六、101班 陳芸杉

在這趟教育旅行當中，富田林中、高等學校同學們的友善與熱情令我非常感動。剛抵達學校時，要在人生地不熟的地方，跟語言不通的同學交流，令本就內向的我更加忐忑不安。不只是我們，看的出來日校學生們也有些緊張。但在吃午餐時所認識的第一位學伴，積極的向我搭話，即使我有些表達不清楚的地方，她也都笑著說沒關係，令我感到非常溫暖。在餐後要道別時，我感到非常不捨，也很感謝她能夠讓我放鬆下來，開始享受此次交流。

除了姊妹校交流之外，Homestay生活體驗也令我感到流連忘返。其實比起與富田林中、高等學校的交流，Homestay生活體驗是最令我感到不安的。但是接待我們的民宿女主人真的非常溫柔，讓我感覺彷彿就像被當成她的孩子一般細心的對待。不只體驗了手做壽司捲、DIY和服腰帶小包包，還跟女主人聊了我們各自未來的夢想。她不斷的鼓勵我們，讓我感到這不僅僅是一次的生活體驗，更是一種成長。在道別前，她跟我們說未來想來臺灣觀光，也非常歡迎我們再度光臨大紀町。這一次的體驗令我非常期盼未來還有機會能夠再度拜訪此處。在這次的教育旅行當中，姊妹校交流及Homestay的體驗，都讓我對於在日本的生活有更深入了解。他們重視禮

貌的精神令我感到非常敬佩，在富田林中、高等學校入班交流時，上課前及課堂結束後，學生們都會跟老師敬禮。這對我來說非常新鮮，是在臺灣不曾有過的體驗。

除此之外，我認為這趟旅程中，也訓練了自己的時間及金錢管理能力。團體行動中非常重視守時，特別日本又是很看重這點的國家。在這6天當中我會不斷地督促自己及一起行動的夥伴，盡可能提早到集合地點，或是提前研究好路線避免迷路造成遲到。以及要自己負責金錢的管理，在購物前三思、設立購物清單，以及每天都要記帳等等。經過這次的教育旅行我認為自己成長了許多，更加對自己的行為負責任。

七、101班 陳欣妍

因為是第一次出國，我學到了有關出國的時候該做、準備的事；學到了如何在外國跟其他人溝通，也了解到了日本學校的上課方式跟人與人之間的相處模式，讓我覺得很新奇有趣！謝謝老師們這六天的支持陪伴，讓我覺得這次的旅程很順利！謝謝導遊領隊，讓我學了很多。也要謝謝我的室友，有時候我早上沒有起來都還要麻煩她。

八、104班陳楷晴

出發前就有聽說日本人非常注重禮貌，這次去才有很深刻的體悟。他們不管是在什麼情況下都會用友善的態度和你打招呼。「請」和「謝謝」也時時刻刻都掛在嘴邊。讓我在和他們相處的時候備感尊重，也讓我想要用同樣的態度來回應他們。

在語言上我也有很大的突破，以前出國身邊都有家人，很少有需要親自出面社交的時刻。但這次無論什麼樣的情境都只能靠自己。一開始還因為害怕講錯只敢用英文，到後來開始使用一些自己會的日文，即使是隻字片語他們也能明白我的意思。在日本姐妹校自我介紹時簡單說了句「はじめまして、名前は...」也會讓他們覺得很驚喜。原來勇敢開口說出不同的語言不僅是一種自我突破，更是一種對當地文化的學習與認同。

九、104班 謝悠嵐

我最印象深刻的是我在入班體驗他們課程時，我上的是英文課，那位老師讓我們分組進行了一個小遊戲，在遊戲中需要選擇要回答哪些題目而且有些題目是用日文寫的，和我同一組的同學們都很親切跟熱心的想要跟我解釋那是什麼意思。當下是覺得

很感動因為看得出來他們很認真的想要和我解釋。在最終我們這組也是贏了那個小遊戲！此外，在吃午餐時，我記得一開始大家都有點不知所措，不知道該做些什麼，但到了後面，我們跟他們聊得很愉快！從一開始尷尬的互相問問題到開始介紹自己喜歡的明星或漫畫、交換聯絡方式，再到最後離別時大合照，真是一場在心靈上或是知識上都很豐富的交流！

如果可以我真的非常希望能再次和他們交流和相見！我學習到日本的一些飲食文化和禮儀，讓我印象最深刻的是日本神社參拜時是有一套順序的，雖然此次旅程只有去一個神社進行參拜，但還是覺得是印象最深刻的文化啟發。也觀察並認識到一些日本學校的特色，例如他們有文化祭、學校社團有很多種、社團時間是在放學後等等，也在此次旅程中認識了不管是同學校還是日本的高中生，這是我覺得在此次旅程中獲得的最大收穫！

十、104班 游柔恩

對第二天的入校交流印象最深刻，雖然語言不通但他們都很熱情也很有禮貌，會主動來找你聊天，感覺很像變成大明星（？）但我真的聽不太懂日式英文，就有一種口音，很對不起我的學伴，要麻煩他一直用翻譯。我覺得這一趟旅程我學到如何去跟其他人交流，不管是北大的同學，又或是日本的學生，甚至是home媽home爸，只要保持善意以及熱情，即使說的語言不同，也可以做好良好的溝通。我真的是開闊我的眼界，果然要出外走走，才會知道外面世界的樣子，日本是一個注重禮貌有紀律的國家，所以有些事情可能在台灣覺得沒什麼，但去日本就要特別注意，尊重當地的文化與禮儀。

十一、104班 莊鼎言

在進到日本學校的時候，他們不是用打量的眼神看著我們，而是很大方、很熱情地跟我們打招呼，雖然語言不通但還是可以感受到他們的真誠，這是最令我開心的地方。在這次旅行當中有許多需要別人幫助、或幫助別人的事情，都需要溝通來解決。藉由從大阪人大方的態度中了解到，承認錯誤或尋求幫助不等於承認自己的失敗，不用為了掩蓋錯誤而想要隱瞞或自己處理。我最大的收穫是「明確地表達目的才能讓別人立即地來幫助你」。

十二、105班 石詠琇

我本來跟張硯茹不認識，雖然同班但沒說過幾句話，透過這次的教育旅行，我們之間的感情變得更好，也讓我學習到在團體中彼此的交流十分重要。在和日本富田林姊妹校同學交流時，本來擔心會很尷尬的我，感受到了他們認真接待我們的熱情，那一刻我突然發現，雖然我們來自不同的國家、說著不同的語言，但青少年的共鳴和笑容是完全沒有國界的。從一開始的擔心，到最後揮手告別時我們都依依不捨，這種跨越文化建立起友誼的感動，是我這趟旅程中最珍貴的寶物。此外，我平常不會和班上的同學說英文，除了英文課，生活中幾乎沒有使用到英文，但在這幾天裡，無論是在商店點餐，或是跟姐妹校同學聊天，我必須逼自己勇敢開口，我發現鼓起勇氣說出口遠比語法完美更重要，這大幅提升了未來學習外語的自信心。在我們聊天過程中也有許多令人感到新奇和驚訝的日本文化，我認為這次的經驗非常有意義。

十三、105班 張硯茹

飛機剛抵達日本時，因為等待下飛機的人很多，大家一下子就走散了。當時座位區只剩下我和一個男生，但我沒辦法順利走出座位區，因此有點緊張。後來那個男生看到前面有空位可以排隊時，示意我先插進隊伍裡，真的讓我很感動。因為這是我第一次和同學一起出國，心裡一直很緊張，也很怕自己在機場走丟。到了機場裡面後，我發現有同班同學正在等我。即使我們之前從來沒有說過話，她還是願意停下來等我，讓我感到十分溫暖。這些小小的善意，都讓我在陌生的環境中感受到安心與感動。並且，在這次交流活動中，我能夠主動詢問店員是否提供免稅服務，並用簡單的日文與日本人進行對話。雖然大部分時間仍以英文溝通為主，但這也讓我有機會實際運用語言能力。

入班交流時，我發現日本學生的英文發音和我們有些不同，因此溝通上偶爾會遇到困難。然而，即使語言不完全相通，我仍能感受到他們的熱情與友善。遇到聽不懂的內容時，我們也會利用翻譯軟體輔助交流，這對我來說是一個非常特別且難忘的體驗。在與他們相處的過程中，我也觀察到許多文化上的差異。例如，日本的女學生上學時大多會化妝，而男學生也相當注重自己的儀容與外表。對他們而言，保持乾淨整潔、得體的外貌是一種對他人的尊重。這樣的觀念讓我感到十分新奇，也讓我對日本文化有了更深入的了解。

十四、106班 蔡為寬

剛要上飛機時，意識到這是第一次不靠家人出國，有一種長大的感覺。跟 Homestay 爸媽用日文溝通讓我對日文口說比較不害怕，也在各個地方多多少少學了一點日文。也學到了以前沒接觸過的日本用餐禮儀。感謝學校讓我能有這次機會去日本擴大國際視野，更感謝兩位老師辛苦帶我們出國，也感謝富田林高校的熱情接待，讓我們留下了與高校生接觸、同班上課的美好回憶，是個很棒的體驗。

十五、106班 盧奕橙

日本師生對於接待我們非常熱情，願意花自己的時間陪我們，帶我們參觀校園，收到禮物時也非常感謝。

十六、106班 陳柏睿

入班交流時很緊張、也有很多不懂的，但他們班有人很熱心地幫我解答很多問題。Homestay 時，轟爸轟媽都很熱情（他們家的狗也是），他們也很體貼，決定要做某些事前也都會問我們意見，也會跟我們介紹很多日本的事物。我了解到想要學習兩種語言之前，一定需要有一個很好或是對其中一個很有自信，否則在想要講話的時候很容易兩個在打架或是直接把很多簡單的東西忘記了。而這一次的教育旅行也加深了我想要學好日語和英文的決心，也讓我了解到自信其實不是該不該自信，而是有時候不得不自信，才能夠讓自己正常發揮。

十七、201班 吳祐霖

在這次教育旅行，最讓我印象深刻的依然是到校交流的那天，除了參觀校園外，跟上次有特別安排活動不同的是，我們也實際入班體驗日本高中生的上課生活，讓我有機會更近距離感受兩國校園文化的不同，一開始還很緊張，但日本學生都很親切，很快就讓我放鬆下來，也認識了很多的新朋友，在交流活動最後的表演時間，我上台演唱了一首歌曲，原本超級擔心自己的表現，但看到台下同學認真聆聽的樣子，讓我越唱越有自信，演唱結束後，全場響起熱烈的掌聲和歡呼聲，那一刻真的讓我非常感動，也留下了深刻的回憶，這次交流讓我體會到，即使語言和文化不同，只要願意主動交流，依然能建立友誼（香菜洋芋片），這不只是一次教育旅行，更是一段珍貴且難忘的成長經驗。

這趟教育旅行讓我收穫很多，過去我對日本的認識大多來自課本、網路或影視

作品，但親自走訪當地後，才真正感受到日本人對禮儀、秩序和團體合作的重視，無論是在學校交流、搭乘大眾運輸工具，或是在公共場所，都能看見他們對他人的尊重，即便這次是重遊，也依舊留下深刻的印象及震撼，在語言方面，我原本擔心自己無法順利與日本學生交流，但實際接觸後發現，只要願意主動開口，即使日文和英文不夠流利，也能透過簡單的詞句和肢體動作表達想法，這讓我更有勇氣使用外語，也提升了與人溝通的信心。

整體而言，這次教育旅行不只是一次出國參訪，更讓我學習用不同的角度看待文化差異，培養尊重與包容的態度，同時也讓我了解到語言不只是考試科目，而是能夠連結彼此、建立友誼的重要工具。

貳、照片



圖1-大阪，我們來了!!



圖2-大阪城公園-認識日本大阪城市風貌



圖3-觀察心齋橋與道頓堀等地之歷史文化、商業街區與城市特色



圖4-富田林高校，我們來了~



圖5-入班體驗-日文課程



圖6-儘管只有半天的相處，但已培養出情感

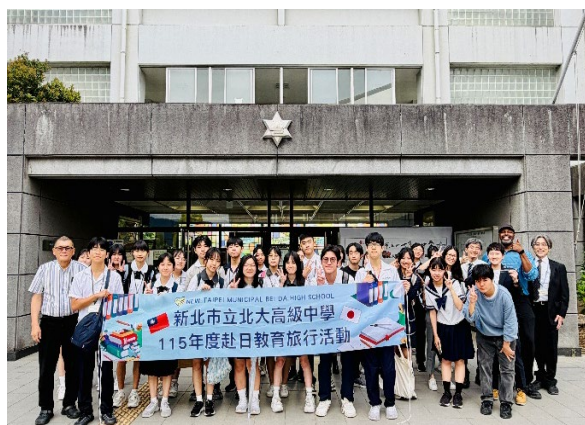


圖7-富田林，我們今年10月台灣見!



圖8-寄宿家庭生活體驗開始啦~



圖9-寄宿家庭體驗-洗手作羹湯



圖10-寄宿家庭體驗-燒柴煮飯



圖11-寄宿家庭體驗-離村式



圖12-伊賀忍者博物館體驗